

<<幸福女人那三件事>>

图书基本信息

书名：<<幸福女人那三件事>>

13位ISBN编号：9787122164544

10位ISBN编号：7122164543

出版时间：2013-4

出版时间：化学工业出版社

作者：杨莹

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<幸福女人那三件事>>

前言

经过反复推敲琢磨，《幸福女人那三件事》书稿的撰写进入尾声，顿时感觉到肩上的担子轻了许多，就好像又完成了一项人生使命。

心底的那份喜悦油然而升，兴奋不已地告诉助理：能看到这本书的人有福了！

本书是我从一个心理辅导师的角度，将诸多不幸家庭、不幸婚姻的解脱和成长过程记录了下来，并将在咨询互动中听到、看到、感觉到的那些有规律、有价值的东西，以聊天的方式呈现给有缘的你。同时，还将那些导致痛苦的根源、预防的措施、治疗的办法等鲜为人知的人生秘密跃然纸上，一吐为快。

相信她会成为追求幸福之人的工具书，她的出现会使幸福的女人更幸福，使有修养的女人更聪慧。

她是拯救心灵空虚的妙方，是预防精神坍塌的良药。

她是引领我们顺利回家的导航仪，是协助我们登上诺亚方舟的船票。

亲爱的朋友，尽管我们远离家园，但请你放心！

无论何时，无论何地，无论遇到何种烦恼或灾难，只要我们的精神家园还在，我们回家的念头不改，当我们的身心意统一，爱就会流动，心就会安宁，只要冷静地沿着图标的方向，沉住气，莫着急，向前走，我们就会找到回家的路。

让我们手挽手、心贴心，一定会回到分离多年的“母亲”那温暖的怀抱！

杨莹2012年6月29日于亚运村

<<幸福女人那三件事>>

内容概要

《幸福女人那三件事:20例个案真实揭秘女人幸福之道》内容简介：女人一生为哪端？

快乐幸福是关键。

不幸女人缘何故？

相夫教子未抓住。

无论是“男主外”还是“女主外”都不重要，家和万事兴，夫妻和谐是关键。

相夫、教子、事业这三件事儿，做好第一件尤为重要。

只有相好夫才能教好子，只有相夫教子顺利，女人的职业生涯才能顺畅。

《幸福女人那三件事:20例个案真实揭秘女人幸福之道》从心理辅导师的角度，以咨询互动的形式，对20例真实个案成长的心路历程进行跟踪描述、抽丝剥茧、深入分析，揭示了导致痛苦的根源、预防的措施、治疗的方法等。

相信《幸福女人那三件事:20例个案真实揭秘女人幸福之道》会成为追求幸福之人的工具书，使幸福的女人更幸福。

<<幸福女人那三件事>>

作者简介

杨莹，中国心理学会会员、中国心理卫生协会会员，北京电视台生活频道《你该怎么办》等栏目特邀心理专家。

她独具慧眼，从心灵深处、潜意识层面解析探讨人性。

在亲子关系、厌学、网瘾、早恋、考试恐惧、自杀等问题上有独到的见解与方法，是一位卓越的心灵导师。

她将中国传统文化的核心与西方的家庭治疗、NLP简快疗法、家庭系统排列、催眠、认知、精神分析等疗法的合理内核有机地结合，形成了自成一体的“简快归真”疗法，引导来访者找回“自我”，踏上“回家”之路。

因其卓越的治疗技巧与效果，被业界公认为“效能专家”。

她曾被多家知名企业聘为培训导师，并提供专业的EAP服务。

<<幸福女人那三件事>>

书籍目录

导语幸福女人那三件事：相夫、教子与事业1 1.夫妇和，心相印23 2.女人与“金色倒三角”32 3.恋父的“圣女”42 4.你拿什么来“旺夫”51 5.嫁不出去的“优质女”63 6.产房的血，丈夫的心结71 7.男人何时易“出轨”79 8.“喜欢受虐”的女人87 9.“积极男”碰上“内疚女”96 10.被“抛弃”的母女，谁之过102 11.“花心男”的烦恼109 12.女强人与流浪猫119 13.频频换保姆的妈妈126 14.婆媳真的是天敌吗133 15.80后“产后抑郁”何其多140 16.男人的心思你不懂147 17.与女儿“争宠”的母亲156 18.耄耋老人爱“洁”如命164 19.“失忆”之谜169 20.“缠人”女友为哪端175 结束语184 后记189 专家推荐一193 专家推荐二195 专家推荐三198 专家推荐四200

<<幸福女人那三件事>>

章节摘录

版权页：插图：夫妇一条心，事业家庭更精进 家和万事兴中，夫妻和谐才是家庭和睦的关键，恩爱和睦的夫妻关系是给予孩子人生最重要的礼物。

我认为：幸福的女人最需要抓住的核心便是——相夫。

否则，自己的事业越成功，往往越容易远离丈夫、孩子和亲人们，自己越来越委屈和孤独，而失去了应有的幸福。

几年前，有位女博士通过电话告诉我：“杨老师，别看我是博士毕业，年薪百万，老公是领导干部，可我一点儿都没有幸福感。

近来还感觉到胸闷、心慌、睡不着，可能是因为儿子厌学吧。

在电视节目里看到您帮助那位厌学而打骂父母、逆反很严重的孩子改变后考取了好的学校。

我觉得有救了。

”接下来，她讲了14岁的儿子面临中考，但不上学已有半学期了，每天在家上网、睡觉、不出门，不仅不与父母沟通，还常蔑视他们，对他们发脾气，特别是对父亲充满了敌意和愤怒。

原来她是家中的长女，自小她便把照顾弟妹的责任挑在了肩上，从此没有了童年的快乐。

她学工、学农、学军、文艺、体育样样领先，可还是经常遭到别人的白眼和嫉妒。

漂亮、孤傲、有骨气的她，总是迎着困难上，毫不畏惧。

高考制度一恢复她就考上了大学，一路顺风顺水，又考到名牌大学拿到了博士学位，为了争强好胜从没考虑过自己的个人生活。

30多岁已经错过婚恋时机的她，为了应付挑花了眼的父母而不断地相亲，将自己像处理品一样草草地嫁给了一个离过婚的“绩优股”，终于有了自己的家。

非常珍惜这个家的她动用了自己所有的关系把丈夫推到了领导位置。

而她也依然全力以赴地做她自己的事业，她那很少见到妈妈的儿子，6岁前一直是姥姥带着，当聪明、要强、成绩好的儿子回到父母身边后，和父母像朋友般平起平坐，甚至还经常为爸爸妈妈出谋划策，指挥他们干这干那。

爸爸妈妈因为有这样的孩子而感到骄傲，为了培养孩子的自信，他们非常尊重孩子的意见。

可自信过了头的儿子在学校依然表现得争强好胜，对老师、对校长也像对爸爸妈妈一样。

一次，为了同学喝热水方便，他在妈妈的理解和大力支持下，未经老师同意便主动买了暖水瓶放在教室窗台上。

不料想不仅没被老师表扬，还被老师批评：“你怎么不跟老师商量就拿来，这多影响教室的整洁啊！”还说他给老师添了麻烦。

<<幸福女人那三件事>>

编辑推荐

《幸福女人那三件事:20例个案真实揭秘女人幸福之道》编辑推荐：幸福的女人会相夫、能教子。家和万事兴，夫妻和谐是关键。北京电视台《你该怎么办》栏目特邀心理专家、幸福家庭心灵导师杨莹给广大女性的一本追求幸福的工具书，使幸福的女人更幸福！

<<幸福女人那三件事>>

名人推荐

书中既有现代心理学理论，又有许多时尚观点。

一些看似平常的日常话语，经杨莹老师一点拨，便云开日出，恍如重生，让人在静静的阅读和思考中解开情感阴霾、心理困惑、心情纠结，使夫妻心理沟通、心灵默契，从而达到境界有高度、心胸有宽度，生活和谐，家庭幸福。

——卫生部首席健康教育专家 洪昭光杨莹此著，有三个非常鲜明的特点：其一，她是从“家”的角度来进行心理问题的探索和咨询的，而且有很好的成效；其二，为读者呈现了20个具体的例子，透过这些例子读者都能立即心领神会；其三，行文走笔，处处飘溢着女性特有的温情和对他人的体贴关爱。

——国际心理科学联合会副主席 中国科学院心理所原所长 张侃杨莹老师通过辛勤笔耕，整理了20个实实在在的案例成书，我相信，这本书能帮助每一个读者感受到“和”的魅力，并在这魅力的指引下，步步走向自我和谐——这样，他与她的家庭也将达至和谐。

——青少年网络文明爱心大使 陶宏开杨老师积累了很多案例，她把这些个案总结出来，告诉我们在传统的伦理与家庭关系里，怎么做才能更好，让家庭更和谐。

相信对很多在传统文化里成长起来的朋友来说，在改善家庭关系方面会大有裨益。

——国际级NLP大师 李中莹

<<幸福女人那三件事>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>